

令和8年度

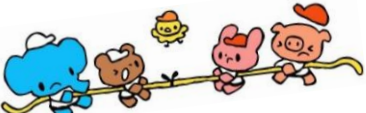


## 離乳食献立表 中期

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。  
2週間の献立をのせています。

なまえ (

)

| 日付  | 献立名                                                                                                                                                                                                                                                                     | 材料名                                              |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 12月 |  <b>スポーツの日</b>   |                                                  |
| 13火 | お粥 豆腐と野菜の旨煮                                                                                                                                                                                                                                                             | 米/絹ごし豆腐/はくさい/たまねぎ/だしかつお/片栗粉/                     |
| 14水 | お粥 鶏ささみのぼつてり煮                                                                                                                                                                                                                                                           | 米/鶏ささみ/さつまいも/だいこん/はくさい/にんじん/                     |
| 15木 | お粥 豆腐の野菜あんかけ                                                                                                                                                                                                                                                            | 米/木綿豆腐/ほうれんそう/たまねぎ/にんじん/だしかつお/片栗粉/               |
| 16金 | パン粥 鮭と野菜のやわらか煮                                                                                                                                                                                                                                                          | 食パン/さけ/たまねぎ/はくさい/たまねぎ/にんじん/だしかつお/片栗粉/            |
| 17土 | おじや                                                                                                                                                                                                                                                                     | 米/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/だしかつお/                          |
| 19月 | 納豆粥 野菜のやわらか煮                                                                                                                                                                                                                                                            | 米/挽きわり納豆/だいこん/にんじん/さといも/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/ |
| 20火 | お粥 鮭と野菜のじゃが和え                                                                                                                                                                                                                                                           | 米/さけ/じゃがいも/にんじん/キャベツ/たまねぎ/                       |
| 21水 | 青菜とチリメンのお粥 野菜入りきんとん                                                                                                                                                                                                                                                     | 米/ほうれんそう/チリメン/さつまいも/たまねぎ/にんじん/                   |
| 22木 | お粥 白身魚の彩り野菜あんかけ                                                                                                                                                                                                                                                         | 米/たい/ブロッコリー/にんじん/だいこん/さといも(冷)/だしかつお/片栗粉/         |
| 23金 | お粥 大豆と根菜のやわらか煮                                                                                                                                                                                                                                                          | 米/だいず水煮/たまねぎ/にんじん/チンゲンサイ/だしかつお/片栗粉/              |
| 24土 | おじや                                                                                                                                                                                                                                                                     | 米/たまねぎ/にんじん/キャベツ/                                |

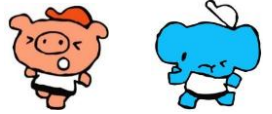
令和8年度



## 離乳食献立表 後期

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。  
2週間の献立をのせています。

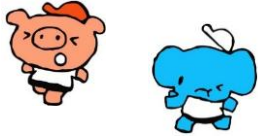
なまえ ( )

| 日付  | 献立名                                                                                                                                                                                 | 材料名                                                                                     |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 12月 |  <b>スポーツの日</b>  |                                                                                         |
| 13火 | お粥 たらの味噌煮 きゅうりと白菜のお浸し すまし汁                                                                                                                                                          | 米/たら/三温糖/しょうゆ/本みりん/味噌/きゅうり/はくさい/だしかつお/しょうゆ/絹ごし豆腐/たまねぎ/水菜/しょうゆ/塩/だしかつお/                  |
| 14水 | さつま芋ごはん(お粥) ちゃんこ汁 高野豆腐の含め煮                                                                                                                                                          | 米/さつまいも/塩/鶏ひき肉/葉ねぎ/しょうゆ/片栗粉/絹ごし豆腐/だいこん/はくさい/にんじん/しょうゆ/だしかつお/塩/高野豆腐/こまつな/しょうゆ/三温糖/だしかつお/ |
| 15木 | お粥 肉豆腐 ほうれん草のお浸し                                                                                                                                                                    | 米/豚肉/木綿豆腐/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/本みりん/三温糖/だしかつお/ほうれんそう/しょうゆ/だしかつお/                              |
| 16金 | ロールパン ハンバーグ ミルクスープ                                                                                                                                                                  | ロールパン/合ひき肉/たまねぎ/パン粉/牛乳/卵/塩/はくさい/たまねぎ/にんじん/牛乳/だしかつお/塩/                                   |
| 17土 | 肉うどん さつま芋甘煮                                                                                                                                                                         | ゆでうどん(冷)/牛肉/にんじん/たまねぎ/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/さつまいも/三温糖/                           |
| 19月 | お粥 大根と豚肉のみそ煮 野菜の納豆和え                                                                                                                                                                | 米/豚肉/だいこん/にんじん/さといも/いんげん(冷)/三温糖/しょうゆ/味噌/なたね油/こんぶ(だし用)/だしかつお/挽きわり納豆/キャベツ/にんじん/しょうゆ/      |
| 20火 | お粥 鮭のポテトマヨ焼き ゆで野菜 スープ                                                                                                                                                               | 米/さけ/じゃがいも/牛乳/バター/塩/マヨネーズ/にんじん/キャベツ/たまねぎ/にんじん/だしかつお/塩/                                  |
| 21水 | お粥 変わり肉じゃが じゃこサラダ                                                                                                                                                                   | 米/牛肉/たまねぎ/にんじん/さつまいも/だしかつお/三温糖/しょうゆ/だいこん/キャベツ/にんじん/ほうれんそう/チリメン/しょうゆ/                    |
| 22木 | お粥 白身魚の磯辺揚げ ゆで野菜 味噌汁                                                                                                                                                                | 米/たい/あおのり/小麦粉/片栗粉/ベーキングパウダー/なたね油/ブロッコリー/にんじん/だいこん/さといも(冷)/葉ねぎ/だしかつお/味噌/                 |
| 23金 | お粥 大豆と根菜のトマト煮 チンゲンサイのお浸し                                                                                                                                                            | 米/だいず水煮/牛肉/たまねぎ/にんじん/だしかつお/ホールトマト/味噌/三温糖/チンゲンサイ/だしかつお/しょうゆ/                             |
| 24土 | おじや                                                                                                                                                                                 | 米/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/キャベツ/塩/                                                                |

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。  
2週間の献立をのせています。

なまえ (

)

| 日付  | 献立名                                                                                                                                                                                 | 材料名                                                                                                                          | おやつ                                                                                   |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 12月 |  <b>スポーツの日</b>  |                                                                                                                              |                                                                                       |
| 13火 | 軟飯<br>鯖の味噌煮<br>酢の物<br>すまし汁                                                                                                                                                          | 米/さば/しょうが/三温糖/しょうゆ/本みりん/味噌/水/酒/かまぼこ(卵)/きゅうり/はくさい/わかめ(乾)/三温糖/酢/しょうゆ/塩/絹ごし豆腐/たまねぎ/えのきたけ/水菜/しょうゆ/塩/だしかつお/                       | きな粉揚げパン<br>(コッペパン・きな粉・三温糖・塩)                                                          |
| 14水 | さつま芋ごはん(軟飯)<br>ちゃんこ汁<br>高野豆腐の卵とじ                                                                                                                                                    | 米/さつまいも/こんぶ(だし用)/塩/黒ごま/鶏ひき肉/葉ねぎ/しょうが/酒/しょうゆ/片栗粉/こんぶ(だし用)/だしかつお/絹ごし豆腐/だいこん/はくさい/にんじん/油揚げ/しょうゆ/塩/高野豆腐/こまつな/卵/だしかつお/しょうゆ/三温糖/酒/ | チーズチヂミ<br>(小麦粉・玉葱・人参・ニラ・卵・えび・塩・ごま油)                                                   |
| 15木 | 軟飯<br>肉豆腐<br>ほうれん草の黄金マヨ和え                                                                                                                                                           | 米/豚肉/木綿豆腐/干しいたけ/たけのこ/たまねぎ/にんじん/糸こんにゃく/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/三温糖/酒/ほうれん草/卵/塩/三温糖/しょうゆ/マヨネーズ/                               | 蒸ししょうかん<br>(こしあん・片栗粉・小麦粉・三温糖・さつまいも)                                                   |
| 16金 | ロールパン<br>チーズハンバーグ<br>煮りんご<br>ミルクスープ                                                                                                                                                 | ロールパン/合ひき肉/たまねぎ/パン粉/牛乳/卵/塩/こしょう/ナツメグ/ケチャップ/スライスチーズ/りんご/ベーコン/はくさい/たまねぎ/にんじん/牛乳/コンソメ/塩/                                        | いちご蒸しパン<br>(ホットケーキ粉・三温糖・牛乳・いちごジャム)                                                    |
| 17土 | 肉うどん<br>さつま芋レモン煮                                                                                                                                                                    | ゆでうどん(冷)/牛肉/にんじん/たまねぎ/わかめ(乾)/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/さつまいも/三温糖/レモン/                                                     |  |
| 19月 | 軟飯<br>大根と豚肉のみそ煮<br>納豆マヨ和え                                                                                                                                                           | 米/豚肉/だいこん/にんじん/板こんにゃく/さといも/いんげん(冷)/三温糖/しょうゆ/本みりん/味噌/なたね油/こんぶ(だし用)/だしかつお/挽きわり納豆/キャベツ/にんじん/わかめ(乾)/しょうゆ/マヨネーズ/糸かつお/             | お麩ラスク<br>(切り麩・バター・三温糖)                                                                |
| 20火 | 軟飯<br>鮭のポテトマヨ焼き<br>れんこんきんぴら<br>スープ                                                                                                                                                  | 米/さけ/じゃがいも/牛乳/バター/塩/マヨネーズ/パセリ粉/れんこん/牛肉/にんじん/なたね油/酒/本みりん/三温糖/しょうゆ/白ごま/キャベツ/たまねぎ/にんじん/コンソメ/塩/                                  | マカロニきな粉<br>(マカロニ・きな粉・三温糖)                                                             |
| 21水 | 秋のビーフカレー(軟飯)<br>じゃこサラダ                                                                                                                                                              | 米/牛肉/たまねぎ/にんじん/さつまいも/エリンギ/しめじ/なたね油/カレールウ/コンソメ/だいこん/キャベツ/にんじん/ほうれん草/チリメン/しょうゆ/酢/三温糖/白ごま/                                      | シュガートースト<br>(食パン・マーガリン・グラニュー糖)                                                        |
| 22木 | 軟飯<br>白身魚の磯辺揚げ<br>ブロッコリーのおかか和え<br>豚汁                                                                                                                                                | 米/たい/あおのり/小麦粉/片栗粉/ベーキングパウダー/水/なたね油/ブロッコリー/糸かつお/しょうゆ/豚肉/にんじん/だいこん/さといも(冷)/葉ねぎ/だしかつお/味噌/                                       | りんごゼリー<br>(りんご果汁・三温糖・アガー)                                                             |
| 23金 | 軟飯<br>大豆と根菜のトマト煮<br>チンゲンサイのツナマヨ和え                                                                                                                                                   | 米/だいず水煮/牛肉/たまねぎ/にんじん/れんこん/ごぼう/なたね油/コンソメ/ホールトマト/味噌/塩/チンゲンサイ/もやし/ツナ/マヨネーズ/塩/                                                   | 豆腐ドーナツ<br>(ホットケーキ粉・三温糖・豆腐・なたね油)                                                       |
| 24土 | ガパオライス(軟飯)<br>スープ                                                                                                                                                                   | 米/鶏ひき肉/たまねぎ/赤ピーマン/黄ピーマン/ピーマン/中華だしの素/オイスターソース/三温糖/もやし/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/コンソメ/塩/                                                |  |